

PENINGKATAN PENERIMAAN DIRI MELALUI KONSELING KELOMPOK PADA SISWA KELAS XI DI MAN PAKEM

Oleh
Agis Setiyaningsih
06104244060

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk meningkatkan penerimaan diri siswa MAN Pakem kelas XI melalui konseling kelompok.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan subyek 10 siswa yang duduk di kelas XI MAN Pakem. Teknik pengambilan subyek yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala, observasi dan wawancara, sedangkan instrumen yang digunakan adalah skala penerimaan diri, pedoman observasi dan pedoman wawancara. Skala penerimaan diri terdiri dari 32 item dan diuji coba pada 29 siswa menghasilkan data seluruh item valid. Hasil uji validitas skala penerimaan diri pada taraf 5% menunjukkan angka $\geq 0,367$. Reliabilitas instrumen sebesar 0,903 memiliki reliabilitas tinggi. Teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif kuantitatif.

Kegiatan konseling kelompok dilakukan dengan dua siklus. Pada siklus I terdapat 1 kali tindakan dengan 4 kali pertemuan dan di setiap tindakan masing-masing siswa diminta untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi dan teman yang lain diminta untuk memberikan solusi. Kemudian pada siklus II terdapat 1 kali tindakan dengan 2 kali pertemuan dan disetiap tindakan masing-masing siswa diminta untuk merefleksikan setiap permainan yang telah dilaksanakan. Dari hasil *pre-test* dengan hasil *post-test* II subyek mengalami peningkatan penerimaan diri yaitu dengan hasil *pre-test* 71, setelah dilakukan tindakan dan *post-test* II meningkat menjadi 100,9. Skor 100,9 telah mencapai batas patokan minimal yang ditetapkan yaitu 89,6 sebagai skor minimal penerimaan diri kategori tinggi. Hal tersebut membuktikan bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan penerimaan diri dengan metode diskusi, *brainstorming* dan permainan, sehingga siswa dapat menerima diri sepenuhnya. Siswa mampu berpikir positif terhadap diri, menerima keadaan fisik dan menjadi diri sendiri, mengakui dan menghargai bakat diri, menerima keadaan ekonomi keluarga, merasa nyaman dan puas dengan diri.

Kata kunci: *penerimaan diri, konseling kelompok*.